

Согласовано

Директор

Утверждаю

Директор ООО "СОП"

Евстигнеева С.А.

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс 2023 г.

Стоимость питания - 64,19 руб.

с 01.09.2023 г.

№ п/п	День недели / Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Цена, руб.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г)		
						Белки	Жиры	Углеводы
1-я неделя / 1. понедельник								
1	Плов с мясом говядины рубленным (фарш) с доп. гарниром икра кабачковая, 30/150/30	ТТК №107С	210	52,40	351	13	15	41
2	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6.2004 г.	215	3,00	57	0	0	15
3	Батон	ТТК №27	40	2,39	100	3	1	19
4	Пряник Зареченский, 1 шт.		39	6,40	148	2	2	30
	Итого		504	64,19	656	18	18	106
1-я неделя / 2. вторник								
1	Картофель тушеный с филе птицы рубленным (фарш) с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно, 40/160/25	ТТК №100С	225	54,40	302	12	19	21
2	Чай полуслизкий, 200/10	ТТК №512С	210	2,30	38	0	0	10
3	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	35	2,49	85	3	0	18
4	Печенье формоое, 2 шт.		30	5,00	141	2	5	21
	Итого		500	64,19	566	17	25	70
1-я неделя / 3. среда								
1	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/10/48/1 шт.	№510 табл.4 с6.2004г., №337 с6.2004г.	228	33,00	292	11	15	28
2	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6.2004 г.	215	3,00	57	0	0	15
3	Батон	ТТК №27	37	2,19	93	3	1	18
4	Пирожное песочное Лакомка, 1 шт.		50	26,00	227	2	14	32
	Итого		530	64,19	669	16	30	93
1-я неделя / 4. четверг								
1	Котлеты Любительские с соусом красным основным, 80/20 (п/ф 95 г.)	ТТК №286, ТТК №362	100	46,70	205	12	11	12
2	Макаронные изделия отварные	№516 с6. 2004 г.	180	9,80	225	6	6	38
3	Чай полуслизкий с курагой, 200/10/7	ТТК №514С	217	5,60	54	1	0	14
4	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	26	2,09	63	2	0	13
	Итого		523	64,19	547	21	17	77
1-я неделя / 5. пятница								
1	Цыплята отварные (голень)	ТТК №287	100	47,90	250	21	15	4
2	Каша гречневая вязкая	№510 табл.4 с6.2004 г.	160	9,60	169	5	6	24
3	Кофейный напиток	ТТК №503С	200	4,30	62	1	0	15
4	Батон	ТТК №27	40	2,39	100	3	1	19
	Итого		500	64,19	581	29	23	62
1-я неделя / 6. суббота								
1	Бутерброд (хлеб белый) с сыром, 45/30	ТТК №600С	75	28,69	214	11	8	23
2	Каша молочная Дружба с маслом сливочным, 180/5	№510 табл.4 с6.2004 г.	185	19,50	272	6	12	36
3	Чай с сахаром и лимоном, 200/15/7	№686 с6.2004 г.	222	5,00	59	0	0	15
4	Изделие слоеное Круассан с начинкой, 1 шт.		27	11,00	90	1	6	14
	Итого		509	64,19	635	17	26	88
2-я неделя / 1. понедельник								
1	Биточки Дружба с соусом красным основным, 80/20 (п/ф 99 г.)	ТТК №355, ТТК №362	100	46,70	180	10	11	10
2	Макаронные изделия отварные с зел. горошком консерв., припущенным, 170/20	№516 с6. 2004 г., ТТК №602С	190	13,80	220	7	5	37
3	Чай полуслизкий, 200/10	ТТК №512С	210	2,30	38	0	0	10
4	Батон	ТТК №27	23	1,39	58	2	1	11
	Итого		523	64,19	496	18	17	69
2-я неделя / 2. вторник								
1	Сосиски для детского питания отварные с соусом красным основным, 80/20	№413 с6.2004 г., ТТК №362	100	43,90	189	8	17	1
2	Каша пшеничная вязкая	№510 табл.4 с6.2004 г.	160	6,40	166	4	5	26
3	Напиток апельсиновый	ТТК №510С	200	9,10	65	0	0	17
4	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	21	1,69	51	2	0	11
5	Булочка с кунжутом/батон с кунжутом	ТТК №133	50	3,10	141	4	2	27
	Итого		531	64,19	612	18	24	81

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей в образовательных учреждениях

Вид меню: Горячий завтрак для учащихся 1-4 класс 2023 г.


Стоимость питания - 64,19 руб.

с 01.09.2023 г.

№ п/п	День недели / Блюдо	Номер рецептуры	Выход одного блюда, г.	Цена, руб.	Энерг. цен. (Ккал)	Пищевые вещества, (г)		
						Белки	Жиры	Углеводы
2-я неделя / 3. среда								
1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным, сыр твердый порционно, 160/5/15	№510 табл.4 с6.2004 г., №97 с6.2004 г.	180	28,70	282	10	11	35
2	Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	ТТК №514С	217	5,60	54	1	0	14
3	Батон	ТТК №27	34	1,99	85	2	1	16
4	Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт.		40	11,50	144	2	2	29
5	Десерт фруктовый (яблоко)	ТТК №389	85	16,40	40	0	0	8
Итого			556	64,19	605	16	15	102
2-я неделя / 4. четверг								
1	Гуляш из филе птицы, 45/45	№437 с6.2004 г.	90	44,30	190	12	15	3
2	Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (помидоры) порционно, 150/30	№510 табл.4 с6.2004 г.	180	14,50	133	4	5	19
3	Чай с сахаром, 200/15	№685 с6.2004 г.	215	3,00	57	0	0	15
4	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	30	2,39	73	2	0	15
Итого			515	64,19	453	18	20	52
2-я неделя / 5. пятница								
1	Филе минтая запеченное с овощами (поджарка)	№231 с6.2017 г.	100	44,00	174	16	18	8
2	Пюре картофельное	№520 с6.2004 г.	160	16,20	155	3	6	19
3	Чай полусладкий, 200/10	ТТК №512С	210	2,30	38	0	0	10
4	Батон	№1 с6.2004 г.	30	1,69	75	2	1	14
Итого			500	64,19	442	22	24	52
2-я неделя / 6. суббота								
1	Каша гречневая молочная с маслом сливочным, 170/10	№510 табл.4 с6.2004 г.	180	23,50	270	8	11	35
2	Напиток витаминный	ТТК №505С	200	11,00	78	0	0	0
3	Хлеб белый	№1 с6.2004 г.	35	2,79	85	3	0	18
4	Манник домашний с сахарной пудрой, 110/3	ТТК №161	113	26,90	390	7	14	61
Итого			528	64,19	823	17	25	113

ОБЩИЕ ИТОГИ ПО ЦИКЛИЧЕСКОМУ МЕНЮ					Эн.цен.	Белки	Жиры	Углеводы
ВСЕГО					7 085	228,40	261,97	965,63

Заведующий производством




расшифровка подписи